

2025年8月16日  
星期六  
责编 潘玮倩  
美编 温亮  
校对 黄文波

有本版新闻线索  
请扫码加群报料



# “i人警察”这样变“脱口秀大叔”！

## 52岁广州张sir把禁毒科普讲成全网爆款

文/羊城晚报记者 鄢敏 图/受访者提供



张胜春在广民航职业技术学院上禁毒课



张胜春在广州市越秀区五羊小学讲禁毒课

一个人对着镜头讲话，无悬疑开场、无酷炫画面、无精美妆造，就连场景都是随机。如此原生态的“三无”短视频，却常常是阅读量轻松10万+。如果非要说有什么特点，也许是，主角身穿警服。

他叫张胜春，广州市公安局禁毒支队一级高级警长，江湖人称张sir，以科普禁毒知识走红网络。时年52岁的他，带领团队打造的“广州禁毒”新媒体账号，是全国禁毒科普领域粉丝量、播放量、点赞量最多的头部账号。

为何“90后”“00后”爱听“70后”讲禁毒课？警察缘何闯进短视频赛道？中年大叔如何斩获千万流量？近日，羊城晚报记者采访张胜春，听他讲述“中年出道”故事。

### 当一个i人决定克服恐惧走到台前

“体育运动中的兴奋剂是不是毒品？”“‘聪明药’能吃吗？”“吸毒为什么会上瘾？”……视频里的张胜春，左手拿话筒，右手举着一个毒物样品，侃侃而谈，案例、故事信手拈来。

很多人都觉得他天生能言善辩。他却自称性格内向，曾经，在公众面前讲话都会特别紧张。“年轻时参加单位演讲比赛，上台就忘词，脑子一片空白。”按时下流行的说法，是个大i人。

一个i人，怎么克服内心恐惧，面对成百上千学生作禁毒科普？这是2016年张胜春刚到禁毒支队时，遭遇的第一个挑战。社会学专业出身的他，1992年大学毕业就到广州市公安局工作，先是在调研部门写了16年材料，后来到宣传岗位也是同文字打交道，而禁毒科普面对青少年，需要频繁去各大中小学讲课。

“只有准备充分，心才不会慌。”从幕后走到台前，张胜春选择稳扎稳打，由基础理论学起。他开始阅读大量专业书籍，包括精神病学、成瘾医学、药理学等。忆起当年钻研的劲头，张胜春直言投入程度不亚于考研，每天起码看书8小时。“我一直喜欢学习，参加工作后也是不断跑图书馆。”在张胜春看来，网络搜索获得的信息比较碎片化，看书则更高效、精准。比如，他要介绍一种新型毒品，会像写论文一样收集国内外资料，“吃透”了再输出。

当张胜春对禁毒有了系统认知，上台讲课底气十足。他透露，以前肚里没货，一到互动环节，就怕被问得哑口无言。“看完那些书，大部分问题都答得上来。”如今，即使站在体育馆向近万名新生科普毒品危害，对张胜春来说也是“小菜一碟”。

### 课堂变成他的脱口秀舞台

之所以能hold住全场，张胜春靠的不只是专业内容，还有诙谐段子。无论是社会新闻，还是网络热梗，都被他巧妙“植入”课程。学生们常在欢声笑语中完课，铃声响起还意犹未尽。

但最初，张胜春讲禁毒并不受欢迎。“一上课，台下围成一个小圈子打游戏，根本没人听。”如何抓住学生的注意力？张胜春想到从小看的曲艺节目，“表演要吸引人是有技巧的，所谓三番四抖、反转。”受此启发，张胜春尝试把自己代入“艺人”角色，通过说学逗唱开展科普。

课堂于是变成张胜春的“舞台”，学生们看到一个穿着警服的中年大叔：唱禁毒版《涛声依旧》、模仿主播带货、讲方言笑话、脱口秀……张胜春还买来脱口秀演员写的书，琢磨套路。他认为，专业知识需要好的包装，才能喜闻乐见，“照本宣科，大家昏昏欲睡，达不到警示教育目的”。

探索讲课风格过程中，张胜春对自己的要求是：成为一个有意思的人，像脱口秀演员一样练习讲话技巧、沟通方式。看似“不务正业”背后的诉求是：让青少年更容易接受禁毒知识。

### 一不留神50岁正式“出道”

精心打磨内容的同时，张胜春和同事们紧跟传播趋势，陆续进驻新媒体平台。2017年，“广州禁毒”公众号开通；2019年，“广州禁毒”视频号上线。

彼时，短视频兴起，全国各地警察纷纷亮相，各展所长“花式”普法。已驾轻就熟的张胜春，反而打起退堂鼓。“我不想出镜了，本身年纪也大了。”按照朴素逻辑，他觉得，形象好的人，才能有流量。

但一次意外之举让张胜春一炮而红。

有一年开学季，张胜春到广州大学给新生讲禁毒第一课，学校安排视频录制，结束后顺手发上网。没想到，一个“长得帅不能做缉毒警察”的段子火了，阅读量破3000万，点赞数近20万。

“我用电视剧《破冰行动》举例，当缉毒警察不能长得太帅，不然跟踪女毒贩，对方一回头要求加个微信就穿帮，所以长得帅的只能来学校讲讲课。后面屏幕配了张图，‘长得太帅如何与人相处’，学生哈哈大笑。”

网友们点评，警官把禁毒教育课讲成禁毒脱口秀，干货满满，爆梗超多。不少人还给官方账号私信、留言，希望看到更多张sir视频。就这样，张胜春被“推”到镜头前，面向全国网友科普禁毒。那

一年，50岁的他正式“出道”。

之后，张胜春主攻短视频。从分析新型毒品化学成分、对话戒毒人员到回顾毒品历史……视频选题五花八门，但形式较为固定。通常是一个人坐在会议室对着镜头讲话，有时则在公园或某个清静角落。看起来简单，收获的好评却不少：“有意思，也能让人记住”“幽默风趣”“希望发全程视频”，甚至有网友在评论区喊话：应该到每个大学去上这个课。

除了自己出镜，张胜春还鼓励同事们放开手脚。于是，人们看到，娜迪拉、刘栋等民警活跃在禁毒视频区。他们时而演绎搞笑段子，时而严肃警示群众，时而分享温情故事，打造出系列十万+、百万+爆款。

### 关键是要有“受众视角”

截至目前，“广州禁毒”账号已发布3000多条视频，基本保持日更，全网粉丝超千万。今年6月，广州市获评“全国禁毒示范城市”，其中一项重点指标就是：“广州禁毒”新媒体已成为全国粉丝量、播放量、点赞量最多的禁毒宣传头部账号。

一个中年大叔带头做出的新媒体账号，何以俘获Z世代芳心？张胜春总结经验，关键是要有受众视角。他刚开始做视频，常找身边年轻人提意见，“要多听，只生活在自己的信息茧房是走不出去的。”最近，张胜春又研究起配音解说。

今年是张胜春入行的第33个年头，警察生涯接近尾声，干劲不降反增。去年6月，张胜春开通同名视频号。接下来，他准备以“上头电子烟”等新型毒品为主题进行系列拍摄。

身边不少人觉得，张胜春太能“折腾”，快退休了竟然还要做人号。“能做到就尽量做，发挥点余热。”工作中，他发现最近几年吸毒人员越来越年轻，更觉得预防科普禁毒知识任重道远。此外，随着毒品形势变化，网络是这一代青少年接触毒品的渠道之一，让张胜春深感在互联网传播禁毒知识的重要性。

至于被称作“网红警察”，张胜春则表示自己没太在意。在他看来，能对社会有意义的事已经很开心，也是一种幸运。“我是小人物，没有太大能量，有一分热，发一分光，就行了。”

为边疆而来，因热爱留下

文/羊城晚报记者 秦小杰 实习生 武依洋 图/受访者提供

# 从广东到墨脱，她们长舞不息



雷玉婷(左)和刘宇佳(右)在演出结束后合影留念

舞台上，门巴族服饰的翠绿衣摆随舞步摇曳，彩绣背篓在臂间流转，红裙像跳动的火苗。刘宇佳旋身时，裙摆划出的弧线里藏着雨林的湿润；雷玉婷甩动彩辫，顿点的节奏像踩在墨脱的石板路上——这两位今年刚从广东艺术学院职业学院毕业的舞者，正把边疆的故事融进肢体语言里。

下班后，她们常沿街散步。便民公交慢悠悠驶过，路灯把影子拉得很长，小店飘出糌粑的清香。遇着的藏族同胞用普通话招呼“回来啦”，热络得像家人。这两位年轻舞者，已在曾被称为“高原孤岛”的西藏林芝市墨脱县扎根。她们带着对舞蹈的热爱与对边疆的赤诚，不仅用舞姿传播门巴族、珞巴族文化，也准备在接下来的时光里见证墨脱的日新月异。如今的墨脱，以独特的魅力留住了她们，也正成为越来越多年轻人实现青春价值的热土。

### 从援藏到扎根：心与墨脱共相连

初到墨脱，刘宇佳和雷玉婷是作为广东艺术职业学院学生演员参与援藏工作的。谁承想，这一脚踏进来，心就被这片土地所深深吸引。

“墨脱的绿，是泼出来的！”刘宇佳至今记得初见时的震撼——雨林层层叠

叠，云雾绕着雪山转，空气里都是草木的清香。更让她们心动的是，在这里，专业能真正“落地”；作为舞蹈演员，她们可以全身心钻进门巴族、珞巴族的舞蹈里，把那些带着质朴与热烈气息的舞姿跳活。

“一开始只是想完成援藏任务，可越待越觉得离不开。”雷玉婷笑着说，适应了这里的节奏，摸清了每个舞蹈动作里藏着的故事，便自然而然做了决定：留下。家人虽远在南方，却成了最坚实的后盾。“家里人天天刷墨脱的新闻，看我们演出的视频，还说‘你们在做有意义的事，大胆闯’。”这份支持，让她们在边疆的日子，心里总暖乎乎的。

### 以舞为媒：把少数民族的故事跳给更多人看

在西藏自治区林芝市墨脱县艺术团，刘宇佳和雷玉婷的主要工作是跳舞，表演内容以学习和演绎门巴族、珞巴族舞蹈为主。这些独具原生态特色的舞姿，和她们在学校的学院派风格截然不同——没有标准动作，讲究的是“味儿”，是从骨子里透出来的质朴与热烈。“刚开始学的时候真的有点难，动作的韵味、情感的表达都不一样。”雷玉婷回忆道。但她们没有退缩，利用休息时间相互学习、反复磨合，还主动向团里的本地姐姐们请教。“团长和姐姐们都特别耐心，手把手地教我们，慢慢就找到感觉了。”如今，她们的舞姿已渐渐融入了少数民族舞蹈的独特风情。

艺术是最好的桥梁。她们的舞姿，不仅让游客读懂了墨脱的民族文化，也为当地的旅游添了把火。读书期间，作为学校援藏队伍的演员，她们参与了由佛山市舞蹈家协会联合打造的原创舞剧《墨脱情》，深入当地艺术团、乡村舞台，累计演出二十余场，用艺术语言讲述墨脱从“高原孤岛”蝶变为“文旅热土”的动人故事，这成了她们最骄傲的事。“演出结束后，有游客拉着我们合影留念，还说‘原来墨脱的舞蹈这么美，下次还要来’，那一刻觉得所有辛苦都值了。”刘宇佳说，哪怕台下只有一个观众，她们也会认真真跳完——因为每一个动作里，都藏着墨脱的故事。



援藏同学与墨脱艺术团共同表演舞蹈《门巴姑娘》

人故事，这成了她们最骄傲的事。“演出结束后，有游客拉着我们合影留念，还说‘原来墨脱的舞蹈这么美，下次还要来’，那一刻觉得所有辛苦都值了。”刘宇佳说，哪怕台下只有一个观众，她们也会认真真跳完——因为每一个动作里，都藏着墨脱的故事。

如今，学校第二批援藏的同学已经启程。“我们会做好‘传帮带’，等着他们来一起跳好这支‘墨脱舞’。”广东艺术学院艺术教育学院院长宁洪梅的话里，满是期待。

### 墨脱焕新颜：这里的日子，比想象中更幸福

很多人印象中，边疆地区条件艰苦，

但刘宇佳和雷玉婷却有着不同感受。“墨脱该有的都有，一点不觉得艰苦，我们完全能适应。”她们笑着说。

这里海拔1000多米，夏天能热到穿短袖，和南方的气候很像。交通更是今非昔比：便民公交穿梭县城，出租车随时随到，再也不是传说中“物资靠人背马驮”的模样。自2013年全年通公路后，墨脱就像按下了快进键，超市、快递、网络一应俱全，和外界的联系越来越密。

辅导员孙墨缘看在眼里：“墨脱在孩子们心里，早已不是地图上一个遥远的点，而是能找到生命意义的地方。他们在这里洒下汗水，也收获着最真实的价值感——这才是墨脱最让人留恋的魔力。”

在工作与生活中，她们与艺术团的少数民族伙伴们相处融洽，大家用普通话交流，没有语言障碍。团里的氛围温暖和谐，让远离家乡的她们感受到了

家的归属感。更实在的是，在墨脱的收入相对可观，这也为年轻人扎根提供了实际支撑。

暮色漫过墨脱的山尖时，艺术团的排练厅还亮着灯。刘宇佳正帮本地姑娘调整裙摆，雷玉婷在一旁数着节拍，门巴族的古老歌谣混着她们的笑声飘出窗外。“墨脱发展得越来越好，在这里工作生活很安心。”雷玉婷说。未来，她们希望继续通过舞蹈，给游客带来独特的文化体验，让更多人了解墨脱的少数民族舞蹈文化。

排练结束，两人并肩走在回家的路上。脚下的步子轻快得像踩着舞步——这条路，她们从陌生走到熟悉，从试探走到笃定，而墨脱的夜色里，也藏着越来越多的年轻人与这片土地共生长的故事。

从“高原孤岛”到“美丽边城”，墨脱的蜕变吸引着像刘宇佳、雷玉婷这样的年轻人前来，并愿意，留下。